

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Manusia merupakan peran aktif dalam menggerakkan segala kegiatan di seluruh dunia. Untuk mampu melakukan banyak hal dan pekerjaan maka manusia membutuhkan asupan gizi. Asupan gizi tidak hanya dibutuhkan oleh orang dewasa yang sudah mampu melakukan banyak aktifitas dan pekerjaan. Namun gizi juga dibutuhkan oleh anak sejak usia dini atau balita.

Menurut professor Sukirman(4:1999/2000), menyebutkan bahwa istilah gizi berasal dari bahasa Arab dan bahasa Sansekerta, yaitu *Ghidza* (dalam dialek Mesir dibaca Ghizi) dan *Svasta harena* (dipakai dalam lambing Persatuan Ahli Gizi Indonesia). Kedua kata tersebut mengandung arti yang sama, yaitu makanan yang menyehatkan. Selaras dengan apa yang beliau tulis, Sanjaya, dkk. (2009) dalam buku *Kamus Gizimendefinisikan* gizi sebagai makanan dan manfaatnya untuk kesehatan. Secara spesifik gizi merupakan sari makanan yang bermanfaat bagi kesehatan tubuh. Istilah gizi itu sendiri adalah terjemahan dari kata *Nutrition* yang dalam bahasa Inggris mengandung arti hubungan makanan dengan kesehatan.

Masa bayi dimulai dari periode 0 hari atau hari setelah lahir sampai 2 tahun. Periode ini merupakan periode kritis pada masa pertumbuhan atau disebut pada periode emas (*golden period*).

Secara mendasar, gizi berhubungan dengan bagaimana makanan dapat mempengaruhi dan mempertahankan tubuh dari risiko penyakit. Oleh sebab itu, dalam ilmu gizi dipelajari faktor-faktor yang mempengaruhi seseorang dalam memilih dan menyediakan makanan, mengidentifikasi komponen kimiawi makanan,

pengaruh makanan terhadap kesehatan, risiko penyakit, dan fungsi zat gizi dalam tubuh. Menurut Khendra Kusfriadi (2017).

Keadaan gizi seseorang dalam suatu masa bukan ditentukan konsumsi zat gizi pada saat itu saja, tetapi lebih banyak ditentukan pada masa yang telah lampau (Hananto Wiryo, 1:2002). Pendapat tersebut menunjukkan bahwa tingkat kecerdasan dan kesehatan tubuh pada usia dewasa besar dipengaruhi oleh asupan gizi makanan yang diperoleh sejak masa kanak-kanak atau balita.

WHO (*World Health Organization*)(2002) mengelompokkan usia anak di bawah lima tahun (balita) menjadi tiga golongan, yaitu golongan usia bayi (0-1 tahun), usia bawah tiga tahun (batita) (2-3 tahun), dan golongan pra sekolah (4-5 tahun). Usia batita dan pra sekolah merupakan usia yang pertumbuhannya tidak sepesat masa bayi, tetapi aktivitas masa ini lebih tinggi dibandingkan masa bayi.

Menurut dokter Susetyowati (2017) asupan zat gizi mempunyai pengaruh besar terhadap perkembangan anak dari bayi hingga masa remaja. Diet seimbang tidak hanya berpengaruh pada pertumbuhan, tetapi juga berfungsi sebagai imunitas, penunjang kemampuan intelektual, dan pembentuk emosional. Semua makanan yang dikonsumsi bayi harus memenuhi kebutuhan gizi sehari. Kebutuhan gizi pada setiap bayi berbeda tergantung usia, kecepatan pertumbuhan, aktivitas bayi, efisiensi penyerapan, dan utilisasi makanan. Perkembangan dan pertumbuhan yang sehat tergantung pada asupan zat gizi. Makanan yang diberikan harus berfungsi terutama sebagai energi untuk aktivitas otot, membentuk jaringan baru serta memberikan rasa enak dan kenyang.

Orang tua berperan penting dalam menentukan kondisi tumbuh kembang anak. Pengaruh orang tua terdiri dari 2 faktor, diantaranya faktor internal yaitu faktor genetika, apabila orang tua memiliki kondisi fisik yang kuat maka kemungkinan anak juga berpotensi memiliki kondisi fisik yang cukup kuat.

Karena ada beberapa kasus kematian bayi dikarenakan lemahnya fisik atau menderita penyakit yang berasal dari orang tua.

Faktor kedua yaitu faktor eksternal, dimana orang tua juga berperan penting dalam tumbuh kembang anak dari beberapa aspek pendukung, diantaranya pola hidup orang tua dalam member asupan makanan, cara orang tua menempatkan anak pada lingkungan, serta kesediaan orang tua dalam memenuhi kebutuhan anak.

Namun meskipun kedua orang tua sangat penting, sosok ibu adalah sosok yang lebih dekat dan sering berada bersama balita. Jadi ibu harus memiliki banyak pemahaman lebih dibandingkan ayah mengenai anak. Baik pemahaman mengenai fisik maupun kebutuhan. Adapun kebutuhan anak yang harus ibu pahami adalah pemahaman mengenai asupan gizi dan pemberian ASI serta waktu-waktu yang tepat untuk memberikannya.

Menurut Karsin (1987), status gizi balita ditentukan oleh perhatian keluarga dalam pemberian makanan, pengasuhan, pemeliharaan kesehatan, dimana orang tua khususnya ibu mempunyai peranan yang cukup besar dalam menentukan status gizi balita.

Anak usia balita belum dapat memilih atau menentukan makannya sendiri. Mereka hanya menerima apa saja makanan yang diberikan oleh orang tua terutama ibu, sehingga balita dapat digolongkan sebagai konsumen pasif.

Gizi merupakan peranan penting dimana 98% berperan penting dalam pertumbuhan balita, terutama dalam pembentukan otak. Jadi apabila terjadi kesalahan dalam pemilihan makanan dikarenakan kurangnya pengetahuan maka akan berdampak kondisi buruk pada status gizi balita dan dapat berdampak pada pertumbuhan baik secara fisik maupun otak. Hal tersebut juga akan berpengaruh hingga perkembangannya di masa mendatang. Kecerdasan dan daya tangkap sang anak bias tertinggal dari anak seusianya.

Pengetahuan gizi adalah segala bentuk informasi mengenai zat-zat makanan termasuk sumber dan fungsi yang diperlukan bagi tubuh serta penerapannya dalam kehidupan sehari-hari (Suhardjo, 1993:10). Sehingga pengetahuan ibu mengenai gizi balita merupakan pemahaman ibu mengenai kebutuhan makanan dan kondisi balita yang harus diterapkan dalam kehidupan sehari-hari dalam memilih dan mengelola makanan.

Keadaan gizi anak akan berdampak pada kondisi kesehatannya di masa mendatang dan akan berpengaruh pada kemampuan fisik dan otaknya. Seperti yang dikemukakan oleh Hananto Wiryo (1:2002) bahwa gizi merupakan salah satu faktor penting yang menentukan kesehatan dan kesejahteraan manusia. Baik atau buruknya kesehatan dan kesejahteraan seseorang akan tergantung pada keadaan gizi orang tersebut. Semakin baik keadaan gizi seseorang, maka akan semakin baik kesehatannya dan kesejahteraan hidupnya.

Sehingga pengetahuan ibu tentang gizi anak balita sangatlah penting. Menurut Suhardjo (25:1996), suatu hal yang harus diketahui adalah pengetahuan gizi yang didasarkan pada 3 kenyataan, yaitu status gizi yang cukup penting bagi kesehatan dan

kesejahteraan, setiap orang hanya akan cukup gizi bila makanan makanan yang dimakannya mampu menyediakan zat gizi yang diperlukan untuk pertumbuhan tubuh yang optimal, pemeliharaan dan energi. Ilmu gizi memberikan fakta-fakta yang perlu sehingga penduduk dapat belajar menggunakan pangan dengan baik bagi perbaikan gizi.

Menurut Darwin dan Karyadi (2:1985) keadaan gizi seseorang merupakan gambaran apa yang dikonsumsi dalam jangka waktu yang cukup lama. Keadaan gizi dapat berupa gizi lebih atau kurang. Oleh karena itu mencapai derajat kesehatan yang optimal maka diperlukan sejumlah zat gizi yang didapat dari makanan dalam jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh.

Di Negara-negara berkembang, kasus kekurangan gizi pada anak-anak ternyata tidaklah semata-mata karena kemiskinan ekonomi tetapi justru tentang kemiskinan pengetahuan tentang kebutuhan gizi anak (Asistan Mentri Negara 1:1976).

Di jaman era globalisasi sekarang ibu bisa mendapatkan ilmu dan informasi dari berbagai sumber. Mulai dari media cetak baik buku, majalah atau sumber ilmu yang lain. Dari media elektronik dan *gadget* yaitu dari televisi, radio atau dari sumber internet. Bahkan ada beberapa ibu yang mendapatkan informasi atau ilmu berdasarkan tahayul atau adat istiadat. Jadi ibu-ibu tersebut mengikuti saran dan anjuran dari orangtua sebelumnya. Sedangkan kondisi alam semakin lama tentunya semakin berubah dan semakin lama mempengaruhi kondisi fisik manusia. Sehingga ibu juga perlu memastikan kondisi fisik balita dan memastikan kebenaran info mengenai kebiasaan tersebut.

Informasi yang paling memungkinkan kebenarannya adalah melalui pendidikan atau pengetahuan formal, yaitu melalui konsultasi dokter atau ahli gizi. Ibu juga dapat mendapatkan informasi yang jelas melalui posyandu di puskesmas wilayah tempat tinggalnya. Karena posyandu juga menjalankan beberapa program kesehatan bukan hanya dari pihak puskesmas saja, tapi langsung dengan program pemerintah. Sehingga semua program tidak hanya dapat dipertanggung jawabkan oleh pihak tertentu. Tapi juga oleh pemerintah. Bahkan ada beberapa program melalui subsidi pemerintah.

Sebagai mana kita ketahui, Posyandu merupakan perpanjangan tangan Puskesmas yang memberikan pelayanan dan pemantauan kesehatan yang dilaksanakan secara terpadu. Kegiatan Posyandu dilakukan oleh dan untuk masyarakat. Posyandu sebagai wadah peran serta masyarakat, yang melaksanakan sistem pelayanan pemenuhan kebutuhan dasar, peningkatan kualitas manusia, secara empiric telah dapat pemeratakan pelayanan bidang kesehatan. Kegiatan tersebut meliputi pelayanan imunisasi, pendidikan gizi masyarakat serta pelayanan kesehatan ibu dan anak (Departemen Kesehatan :1999).

Menurut Effendy (1998), Posyandu merupakan forum komunikasi, alih teknologi dan pelayanan kesehatan masyarakat, dari, oleh dan untuk masyarakat yang mempunyai nilai strategis untuk pengembangan sumber daya manusia sejak dini. Posyandu adalah pusat pelayanan keluarga berencana dan kesehatan yang dikelola dan diselenggarakan untuk dan oleh masyarakat dengan dukungan teknis dari petugas kesehatan dalam rangka pencapaian norma keluarga kecil bahagia sejahtera.

Kelurahan Mantrijeron merupakan wilayah perkampungan dengan latar belakang masyarakat menengah ke atas dengan tingkat perekonomian dan pendidikan tinggi rata-rata SMA hingga S1. Di kelurahan ini terbagi menjadi Posyandu yang tersebar di wilayah kampung. Tiap Posyandu memiliki kader yang juga di bagi kader untuk setiap RW. Di wilayah ini terdiri dari 7 kampung yang terbagi menjadi 20 RW.

Berkaitan dengan hal tersebut, menunjukkan bahwa pengetahuan yang dimiliki ibu tentang gizi balita akan mendasari pola pemberian makan pada balita yang berimbas pada status gizi yang mempengaruhi tumbuh kembang seorang anak balita. Dengan mengetahui hubungan antara tingkat pengetahuan ibu terhadap gizi yang berimbas pada pola makan dan status gizi balita, menunjukkan pentingnya pemahaman ibu terhadap informasi mengenai ilmu gizi. Dan dapat digunakan sebagai acuan pemberian informasi mengenai gizi balita di Posyandu Kelurahan Mantrijeron.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, dapat diidentifikasi berbagai permasalahan antara lain:

1. Balita merupakan usia emas untuk menentukan keadaan fisik maupun kesejahteraan di masa mendatang. Maka balita adalah usia yang paling membutuhkan cukup asupan gizi untuk pembentukan fisik dan otak.
2. Ibu memiliki peranan penting dalam tumbuh kembang balita.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah tersebut maka sudah jelas bahwa permasalahan pemahaman ibu terhadap gizi sangatlah kompleks. Sehingga pokok permasalahan penelitian ini adalah mengenai pemahaman ibu tentang gizi dan tumbuh kembang balita yang berdampak pada pemberian menu makan balita dan status gizi pada balita.

Dengan demikian untuk mengetahui apakah ada hubungan antara pengetahuan ibu tentang gizi balita dan menu makan balita terhadap status gizi balita. Pengetahuan ibu tentang gizi balita dibatasi pada pemahaman tentang balita dan gizi, unsur gizi yang dibutuhkan balita, sumber zat gizi balita, fungsi gizi pada balita dan penerapan gizi pada menu makan balita sehari-hari.

Menu makan balita dibatasi pada permasalahan mengenai jenis makanan yang diberikan. Status gizi balita dibatasi pada masalah keadaan fisik yang diukur melalui berat badan dan tinggi badan serta keadaan fisik.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah di atas, dapat dirumuskan masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana tingkat pengetahuan ibu terhadap gizi tumbuh kembang di wilayah kelurahan Mantrijeron?
2. Bagaimana tingkat pengetahuan ibu tentang menu makan balita di wilayah Kelurahan Mantrijeron

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, sehingga penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk:

1. Mengetahui tentang tingkat pemahaman ibu terhadap ilmu gizi tumbuh kembang di Posyandu kelurahan Mantrijeron.
2. Mengetahui tingkat pengetahuan ibu tentang menu makan balita

F. Manfaat Penelitian

1. Teoritis: Penelitian ini diharapkan dapat melengkapi kajian teoritis yang berkaitan dengan tingkat pemahaman ibu mengenai gizi balita serta membuka kemungkinan untuk meningkatkan status gizi untuk tumbuh kembang balita di wilayah kelurahan Mantriheron melalui pengetahuan ibu yang berimbas pada pemberian pola makan pada balita.

2. Praktis:

a. Bagi ibu

Sebagai referensi untuk lebih meningkatkan pengetahuan mengenai gizi balita. Sehingga ibu akan lebih memahami cara memberikan pola makan pada balita dan cara meningkatkan status gizi balita. Yang berimbas untuk pertumbuhan fisik dan otak balita untuk masa kedepan.

b. Bagi Peneliti

Memenuhi tugas akhir penelitian agar memenuhi syarat kelulusan untuk mendapatkan gelar sarjana pendidikan, mengapresiasi ilmu yang telah diperoleh kepada masyarakat, serta menambah pengalaman terjun langsung lapangan menangani dan memahami tentang tingkat pemahaman ibu terhadap gizi balita dan memahami status gizi balita.

c. Bagi Institusi/UNY

1. Menjadi data dasar untuk penelitian selanjutnya mengenai tingkat pemahaman ibu terhadap gizi balita
2. Member referensi bagi mahasiswa PTBB Program Studi Teknik Boga.